

Ensalada de Fruta estilo sencillo

Sirve: 14 Porciones

Ingredientes

- 1 lata frutas mixtas (16 onzas, escurridas)
- 2 bananas (rebanadas)
- 2 naranjas (cortadas en trozos pequeños)
- 2 manzanas (cortadas en trozos pequeños)
- 1 yogurt sabor piña colada, sin grasa (8 onzas)

Preparación

1. Mezcle la fruta en un recipiente grande.
2. Agregue el yogurt y mezcle bien.
3. Enfríe en el refrigerador antes de servir.

University of California, Cooperative Extension Fresno County, Ea

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	70
Grasa total	0 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	0 mg
Sodio	10 mg
Total de Carbohidrato	17 g
Fibra dietetica	2 g
Azúcares totales	13 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	1 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible